



Adıyaman'da Mavi İzler Projesi kapsamında Fevzi Çakmak Anadolu Lisesi öğrencilerine Adıyaman Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) bölümü öğrenim görevlileri tarafından seminer verildi. Adıyaman İl Emniyet Müdürlüğü Toplum Destekli Polislik Şube Müdürlüğü'nün Güvenli Hayat ve Güvenli Gelecek İçin Çocuk ve Gençler Sosyal Koruma ve Destek Programı (ÇOGEP) tarafından finanse edilen ve Adıyaman Üniversitesi ile ortak yürütülen Mavi İzler Projesi kapsamında Fevzi Çakmak Anadolu Lisesi konferans salonunda yaklaşık 100 lise öğrencisine seminer verildi.

## Yüz Felci

Toplumumuzda çok sık görülmemekle birlikte estetik açıdan çok dramatik bir durum olan bu hastalık kişileri epey huzursuz etmektedir. Bu hastalık çoğu zaman ciddi bir durum seyretmez.

Birkaç hafta içinde kendiliğinden geçen bir hastalık olmasına rağmen insanlarda yüz kaslarında kısmi felce neden olduğu için bir tedirginlik yaratmaktadır. Yüz felci , yüz kaslarını etkileyen ve ani gelişen bir yüz zaafıdır. Yüz hareketlerin yapmaya vesile olan sinirin etkisiz



**Dr. Adan ULAŞ**

adnnadymn@hotmail.com

kasları oynayamaz hale gelir. Bu duruma neden olan çeşitli sebepler olabilir. Bunlar ;Sinir iltihapları, Bell paralizisi, Travma, Kulak kemiği kırıkları, Basınç travması, Orta kulak iltihapları, Nörolojik sinir hastalıkları En sık nedenlerin başında gelen 'Bellparalizesinde' yüz felci ilerleyici bir durum arzeder. Saatler ve ya da birkaç gün içinde en ileri düzeyine ulaşır. Nedeni kesin olarak bilinmemekle birlikte virüsler ya da sıklıkla soğuk ve rüzgar sonrasında gelişir. Uzun süre klimalı ortamda kalma , arabayla giderken camın açık olması sonucu rüzgarın sürekli basınç uygulaması bu duruma yol açabilir.

Özellikle bu durum duş aldıktan sonra daha çok görülür. Duş sonrası soğuğa maruziyetbell paralizisinin en çok görülen nedenlerindendir. Bir iki gün öncesinde kulak arkasında bir ağrı oluşur. Fasiyal sinir bölgesinde ödeme bağlı şişlik görülür. Yüzün bir tarafında kaslar güçsüzleşir ya da etkisiz hale gelir. Mimik hareketlerinde zorluk görülür. Göz kapakları kapanamaz , dudak kenarı düşer ve alın kırıştırlamaz. Bazen tat alma duyusu kaybolabilir. Sese hassasiyet gelişebilir. İstemsiz gözyaşı olabilir.

Tedavi Bellparalizesinde neden tam olarak bilinmemekle birlikte etken olarak virüslerin rol oynadığı ve buna bağlı iltihabi bir reaksiyon ve immün mekanizmaya bağlı olarak oluştuğu kabul edilmektedir. Bell paralizisi çoğu zaman kendiliğinden 2-3 hafta içinde düzelmektedir. Yaklaşık % 80 de felç tamamen düzelmekte olup %10 kısımda ise bir yıl içinde düzelmeye sağlanır. Yaklaşık % 10'luk bir kısım ise iyileşmez ve yüzde istemsiz kasılmalar görülür.

Tedavi olarak ise açık olan göz kapağının korunması hedeflenmelidir. Bunun yanında yüz kasları üzerine masaj yapılması , sıcak uygulama , yüz kasları hareket ettirmek için sakız çiğnenmesi de yararlı olabilmektedir.

İlaç tedavisi olarak sinirde oluşan ödemi çözmesi için steroid içeren ilaçlar verilir. Beraberinde steroidin mideye olan yan etkisini azaltmak için mide koruyucu ilaçlar eklenir. Etken olarak virüsler düşünülüyorsa virüslere yönelik antiviral ilaçlar verilir.

Tüm bunlarla iyileşmeyen hastalarda son olarak cerrahi tedavi düşünülmektedir.

# ' Bir Gece Yürüyüşü ' Kitabının Yazarı Emine İde ile Röportaj

Yazmanın kendisi için başlı başına bir motivasyon kaynağı olduğunu belirten Yazar Emine İde, insanın yazdıkça içinde bulunduğu ortamda meydana gelen her etmeni daha iyi fark ettiğini söyledi.



**BİR GECE YÜRÜYÜŞÜ YAZMAYA SİZİ TEŞVİK EDEN NEDİR? KİTABI YAZMA SÜRECİNİZ NE KADAR SÜRDÜ?**

Yazmak benim için başlı başına bir motivasyon kaynağıdır. İnsan yazdıkça içinde bulunduğu ortamda meydana gelen her etmeni daha iyi fark ediyor, duyarlılığı artıyor.

Ashında şiir kitabı oluşturma amacım yoktu daha çok deneme tarzında içimden geldiği gibi yazdığım yazılarım oluyor. Bu tür yazılarımın Beyan gazetesinde yayımlanması da benim için ayrı bir güzellik ve motive kaynağı olmaktadır. Şiirleri de yine böyle yaşamın içinden fark ettiğim, içimde bir rahatsızlık oluşturan alışkanlıkları kırma, mutluluklarımızı ertelememe ve yaşadığımız sürece varlığımızdan dolayı başka insanların mutluluğuna katkıda bulunma arzusuyla yazdıklarımın oluşuyor. Bu nedenle duygu yüklü olmasının yanında biraz da düz yazıya yakın oldu. Ara ara yazdıklarım son iki yılda oluştuğunu söyleyebilirim. Kitap haline gelme fikrim daha sonra oluştu. Gece ise başlı başına bir ilham kaynağı, Ramazan kardeşimle nice gece yürüyüşlerimiz oldu, birçok düşüncenin mayalanma süreci bu zamanlarda oluştu. Ramazan derdim, kim bilir şu an bastığımız yere elli yıl sonra kim basacak, o da sence elli yıl sonra bu sokağın hali nasıl olacak derdi. Bu tür sorularla hem tefekkür ederdik hem de zaman tüneline geçerdik, gülerdik üzüldük... Ah kardeşimle ne güzel zamanlarımız oldu,ruh ikizim, aramızdaki yaş farkı zaten bir yıl, kardeşimi çok seviyorum.

**İKİNCİ BİR KİTAP YAZMAYI DÜŞÜNÜYOR MUSUNUZ? BÖYLE BİR ÇALIŞMANIZ VAR MI?**

Evet, ikinci bir kitap çalışmam var. Bu da büyük çoğunluğu Beyan gazetesine gönderdiğim köşe yazılarımdan oluşmakla birlikte birçoğu da henüz yayımlamadığım yazılarımdan oluşacak. Büyük bir kısmı oluşan kitabıma Dostane Söyleşiler adını da vermeyi düşünüyorum, çünkü tüm yazdıklarımı sevdiğim bir dostuma yazmışım hissiyle yine içimden geldiği gibi yazdım. Nisan ayına kadar elimizde olur inşallah.

**KÂHTA İKBAL KÜLTÜR VE YARDIM DERNEĞİNİN YÖNETİM KURULU ÜYESİSİNİZ. EĞİTİMLE DİRİLİŞ DERGİSİN'DE DE YAZMAYA BAŞLADINIZ. EĞİTİMLE DİRİLİŞ SİTESİNİN ÇOCUK EĞİTİMİ SAYFASINDAN SORUMLUSUNUZ. İDARECİLİK YAPIYORSUNUZ. İKİ OCUĞUNUZ VE EŞİNİZ VAR. İKİNCİ KİTAP**



**ÇALIŞMANIZA BAŞLAMIŞSINIZ. ÇOK GÜZEL ŞEYLER BUNLAR. PEKİ YORULMUYOR MUSUNUZ? BU KADAR MÜCADELE NİYE?**

Bütün bunlar benim için büyük bir mutluluk ve motivasyon kaynağı. İnsan bir şeyi severek yapıyorsa inanın bir yorgunluk hissetmiyor. Biliyorsunuz İkbal Der Kahtamızın en köklü hizmet organlarından biri. Otuz yılı aşkın birçok eğitim hizmeti vermesinin yanında maddi imkansızlıklar içinde olanlara yardım elini uzatmakta toplumun yaralarına merhem olmaya çalışmaktadır. Bir insanın mutluluğunun maddi bir ölçütü olabilir mi? Benim için en büyük ödül işte ben yaşıyorum diye başka bir insanın rahat nefes almasıdır. Bu aynı zamanda kişide iyi ki de yaşıyorum hissini oluşturduğundan, yaşamına anlam ve renk katar. İnsanın başkalarıyla barışık olması aynı zamanda kişinin kendisiyle de barışık olmasını ve mutlu olmasını sağlar. Bu etkinliklerde bir yorgunluk hissetmiyorum ama çocuklarıma tam

gün çalışan bir anne olarak yeterince zaman ayıramıyorum bu konuda rahat olduğumu söyleyemem.

**YAZMAYA NE ZAMAN BAŞLADINIZ? BİR YAZAR OLARAK EN ÇOK HANGİ YAZARLARI BEĞENİYOR VE OKUYORSUNUZ?**

Yazmaya ortaokuldayken başladım. Ozamanlar en sevdiğim iş kompozisyon yazmaktı. Ve de okul hayatımda bu tür kompozisyon yarışmalarında da birçok defa ödüller aldım. Üniversite yıllarımda ise daha çok günlükler yazarak kendi iç dünyamda yaşadım. Sevdiğim taktir ettiğim birçok yazar var ama en çok Mustafa İslamoğlu , Metin Karabaşoğlu, Nevzat Tahan, Muhammed Bozdağ'ın yazım üsluplarını beğeniyorum. Bu yazarlarımızın eserlerini daha zevkle okuyorum.

**YAZMAK BİR YETENEK MİDİR? HANİ GENELDE İNSANLAR ' HAYATIMI YAZSAM ROMAN OLUR ' DER. SİZCE HERKES KİTAP YAZABİLİR Mİ?**

Bence herkes kitap yazabilir, bunun için özel bir yetenek gerekmiyor, yeter ki yazsınlar. İnsan yazdıkça zaten daha iyi yazabiliyor kendini ifade edebiliyor. İlle de kitap yazma amacıyla olmasa bile herkese yazmayı özellikle tavsiye ediyorum. İnanın o kadar rahatlatıcı ve güzel bir etkinlik ki insan alışında asla yazmadan edemiyor

**ŞİMDİKİ GENÇLERİN FACEBOOK, TWİTTER GİBİ SOSYAL MEDYA SİTELERİNDE ÇOK ZAMAN GEÇİRMESİNİ NASIL DEĞERLENDİRİYORSUNUZ?**

Bu tür faaliyetler insanı kendi iç dünyasına uzanmasına engel olduğu için gençleri, ne istediklerini bilmeyen, amaçsız, verimsiz ve de mutsuz bireyler haline getiriyor. Oysa hayatın bu tür alışkanlıklarda harcanmaya gelmeyecek kadar önemli olduğunu, ahiret hayatımızı bu dünyadaki çabalarımızla kazanacak ya da kaybedecek bir etkinlik alanı olduğunu bilsek acaba zamanımızın çoğunu yine bize bir şey katmayan televizyon, facebook gibi etkinliklerde harcar mıydık? Keşke gençlerimiz en başta kitap okuma sevgisine sahip olsa, inanıyorum ki o zaman gençlerimiz daha farklı olurdu.

**BİR YAZAR MUTLU NEŞELİ OLURSA YAZAMAZ. SİZ BUNA KATILIYOR MUSUNUZ? MUTLULUK SİZCE NEDİR?**

Buna katılmıyorum, mizahi yetenek çok güzel bir yön, keşke her insan bu yönünü yerince kullanabilse. En çok da buna ihtiyacımız yok mu, neşeli olmaya? Zaten insanın tüm çabasının altında acıdan kaçma zevke ulaşma güdüsü vardır. Ayrıca neşeli olmak insanın yeteneklerini kullanmasına enerji verir diye düşünüyorum.

Mutluluk bence, insanın son nefesini verdiğinde iyi ki de böyle yaşamışım diyebilmesi ve yaratıcısına temiz bir hal üzere, pişmanlıklardan azade bir şekilde varabilmesidir.

Kitabınızı almak isteyen okurlar her kırtasiyeden alabilir mi? Zafer kırtasiye, Öncü kırtasiye, Kardelen kırtasiye ve Nokta kitappeviden alabilirler.

**SON OLARAK OKURLARA NE SÖYLEMEK İSTERSİNİZ?**

Herkesi okuma ve yazmanın gizemli, güzel, zengin dünyasına yolculuğa davet ediyorum. Umarım herkesin ufak da olsa bir eseri olur.

Röportaj: Hüseyin TÜRKÖĞLU

KAHTA  
BEYAN

İntiyaz Sahibi ve Sorumlu Yazı İşleri Müdürü  
**Mustafa İŞERİ**

\*\*\*

Dizgi-Grafik : **Hüseyin TÜRKOĞLU**  
Muhabirler :

**Hüseyin TÜRKOĞLU-Kerim ÖZBİLİCİ**

Hukuk Danışmanı : **Av. Sami ÖZBEK**

\*\*\*

**Adres:** Karşıyaka Mah. M. Kemal Cad.  
No:96 D: 2 Kahta / ADIYAMAN

**Tel :** 0 416 725 90 91

**e-mail:** kahtabeyan@hotmail.com

**web:** [www.kahtabeyan.com](http://www.kahtabeyan.com)

**facebook.com/Kahtabeyan**

**PTT Hesap No:** 088.644.95

\*\*\*

**Basım yeri :**

İhlas Gazetecilik A.Ş

Ceyhan Yolu 4. Km. Levent 1 Mah.

1791 Sk. No:33/A - Yüreğir / Adana

**Baskı Adefi: 1.000**

**Baskı Tarihi : 5 Ocak 2014**

\*\*\*

Not: Köşe yazılarında sorumluluk yazara aittir.

# Karakurt

## İLETİŞİM

*İşinin Uzmanı...*

**Abdullah KARAKURT**

*Cep Telefonu Satışı ve Teknik Servis Hizmetleri*

**GSM: 0543 686 47 85**

**Adres: Fatih Mah. Mustafa Kemal Cad. No: 170 Kahta/Adıyaman**